

NO WAR そば店に行こう!

一般社団法人日本蕎麦協会推奨誌
NPO法人江戸ソバリエ協会推奨誌
NPO法人そばネットジャパン推奨誌

蕎麦春秋

Vol. 64
2023年
冬号

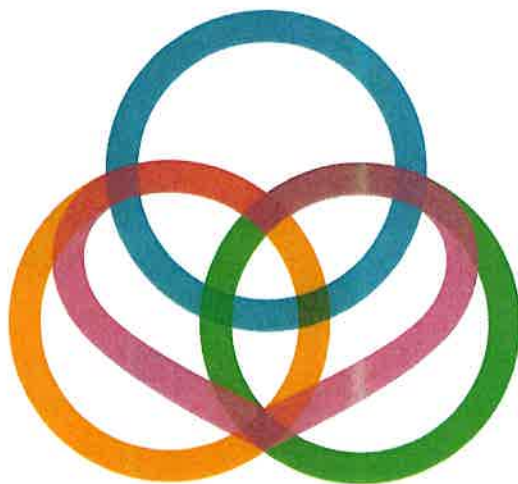
定価700円

リベラルタイム
2月号増刊

銘水の地
「伊豆・富士」のそば



2020 新たなページを開く
「NPO 法人そばネット埼玉」から「NPO そばネットジャパン」へ
日本中のそば打ち愛好者とつながろう!!



そばネットジャパン

目的

伝統食文化としての「手打ちそば」の普及・啓発を図るとともに
「手打ちそば」を通じて社会奉仕活動を実践し、
地域社会に貢献することを目的とする。



NPO 法人 そば ネット ジャパン
「手打ちそば伝道師」を養成する
「技能検定」「そば学検定」

「手打ちそば文化」の振興を目的としたそばネットジャパン。
文化の普及を担う人材として手打ちそば伝道師となるそばづくりストを養成している。
「手打ちそば伝道師そばづくりスト」養成のための研修講義を取材した

そばネットジャパン（代表理事／阿部成男）は伝統食文化としての「手打ちそば」の普及と啓発、手打ちそばを通じての社会貢献を目的としたNPO法人だ。団体名にある通り、インターネットを使った会員の交流を重視しており、日本全国でそばに関するイベントを精力的に行っている。

同法人は同じくNPO法人であった、そばネット埼玉を前身としており、二〇二〇年に改称。改称後は、そば打ちの愛好者だけではなく、そば店、ソバ栽培農家、製粉業者、そば関係者も含めた幅広い交流の促進を理念に掲げ、活動を続けている。具体的な活動内容としては、交流イベントの他、日本各地の郷土そばの紹介と、そばに関する認定資格に加えて、ボランティア活動も行っているとのことだ。

また、そばネットジャパンは日本の伝統食である手打ちそばの継承と発展を担う「手打ちそば伝道師そばづくりスト」の養成を行っている。「手打ちそば伝道師そばづくりスト」は「そばをつくるスペシャリスト」を意味する造語。同法人では「手打ちそば伝道師そばづくりスト」を目指す目安として、技能検定と、二二年からそば学検定を実施している。これら二つの検定は「手打ちそば伝道師そばづくりスト」になる上で、必要なそば打ち技能と、そばに関する知識を両輪で問うものだ。

技能検定は「手打ちそば伝道師そばづくりスト」を目指す上で目安となるそば

打ち技能を段位という形で認定するものだ。初段から六段までの段位があり、受講者はそれぞれの段位で定められた課題をこなしながら、認定を目指すことになる。本検定はそばネットジャパンへの改称後から二二年まで十六回実施され、延べ七百名を超える段位認定者が誕生している。

こういったそば打ち技能の検定は日本にはいくつかあるが、そばネットジャパンのものは、打ち上がったそばの出来映えを重視した結果主義的な検定基準を持つことが特徴的。

同検定において、可否の判定は「水回し時の均等な水の配分・練りの結果・延し厚の均一・切幅の均一」等、可能な限り客観的に採点可能な基準で行われる。これは、そば打ちの技法が地域によって異なるためだ。同団体は地域のそば文化の振興を目的とする。そのため、地域によって差がつかない形にしているようだ。そういった理由から、同団体の検定の可否において、そば打ちの技法は多様な郷土そばを尊重することとしている。

一方のそば学検定は座学でそば文化への知識を問う内容だ。同検定が実施されるのは、二二年が初。認定要件には研修講義の受講と検定試験の受験が必要となる。二二年十一月十九、二十日（北海道のみ）、二十三日に、この研修講義が、埼玉県と北海道の二会場にて開かれた。埼玉県会場では、テレビ埼玉のクルーが講義の模様を取材する一幕も見られた。そばネットジャパンは改称後には団体

ホームページも一新し、広報活動に力を入れており、ツイッターアカウント等も運営している。今後よりそば文化が世間の目に触れるように活動していきたいとのことだ。

研修講義は六つの講義からなり、専門性の強いものから、そばを打つ際の心構えを学べるものもある。講師を務めるのはそばネットジャパンの検定委員の大学教授や、精神科医等で、それぞれ自身の専門分野をそばと絡めて講義を行った。

例えば、講義「ソバの植物学と食品科学」では植物としてのソバの特性を学んだ。本講義の講師を務めたのは、信州大学名誉教授の井上直人氏。講義では、ソバ粉の品質を向上させるためには何が必要なの



江戸ソバエ協会理事長・はしひかる氏も登壇



巧言令色＝言葉を巧みに取り繕うこと。
剛毅木訥＝心が強く、飾り気のない様。
対比する言葉として、孔子は後者を仁に近く、よりよいと教えた

のか、栽培時の条件や、収穫後の加工法等が語られた。高温の環境で収穫量が落ちるとされるソバだが、厳密には受粉時の適温とされる二〇℃を超えると受粉のために必要な花粉管の伸長が抑制され、正常に受粉が行えないことが原因なのだと。井上氏の研究によると、ソバの起源地は中国・雲南省と四川省付近の冷涼で雲や霧が多い高山地帯で、そのことがソバの栽培特性を決めている。そのため、ソバ栽培時の乾燥ストレスを避け、温度管理に気を配る必要があるのだという。

また、井上氏によると、ソバ粉の加工時において、乾燥作業の温度は三〇℃以下での間断乾燥が望ましいのだという。これ以上の高温になると、ソバの持つ香り成分のいくつかが発揮し、風味を損なう原因となる。

本研修では他にも、そば打ちを運動と捉え、身体によいとされる理由や、身体に負担をかけないそば打ち法を学べる「そば打ちの身体学」といった講義も。人間の神経系は脳と筋肉の連携を維持していなければ衰えてしまう。講義を行う、元筑波大学准教授の足立和隆氏いわく、全身運動であるそば打ちは、脳からの筋肉への指令を全身まんべんなく行えるため身体によいのだという。加えて、足立氏は全身の運動を効率よく作用させる上では、そば打ち台の高さを最適にすることが重要だと述べた。また、足立氏の言によると、腕と打ち台の最適な角度は四十五度で、そうすることで体重を効率的に使い、腰等への負担も少ないのだという。

研修の中にはユニークな講義もあり、論語を学ぶものもあった。「論語から学ぶ心の処方箋」は、河合塾で漢文講師を務める打越竜也氏（上写真）が招かれ、軽快なトークを交えながら、孔子の言葉を通して、そば打ちの技術向上に必要な心構えを学ぶ講義だ。

その他にもそば打ち技術向上のために必要な心構えについて、文化人類学を通して学ぶ「そば打ちの心理学（文化人類学）」や、そばを使った多彩な料理と調理法を紹介する「そば料理学」、「そばの歴史」とそば食文化「A江戸蕎麦文化」といった講義が研修として実施された。